

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Schab pieczony 50g , Salátka makar. z papryką 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Musztarda szt. 1szt (<i>GOR</i>),	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Kotlet mielony wieprz. 110g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.17 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 99.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.68 g; Węglowodny przyswajalne: 301.25 g; suma cukrów prostych: 40.32 g; Sól: 9.27 g; Sód: 3300.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 50g , Miód 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.39 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.53 g; Węglowodny przyswajalne: 295.94 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Sól: 5.47 g; Sód: 2088.75 mg; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 50g , Miód 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.39 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.53 g; Węglowodny przyswajalne: 295.94 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Sól: 5.47 g; Sód: 2088.75 mg; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 50g , Miód 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.99 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.57 g; Węglowodny przyswajalne: 306.96 g; suma cukrów prostych: 49.62 g; Sól: 5.56 g; Sód: 2123.95 mg; Błonnik pokarmowy: 28.64 g;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Schab pieczony 50g , Salátka makar. z papryką 100g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Musztarda szt. 1szt (<i>GOR</i>),	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Schab pieczony 20g ,		Posiłek nocny: Gruszka 1szt , Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.48 kcal; Białko ogółem: 135.13 g; Tłuszcz: 89.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.02 g; Węglowodny przyswajalne: 348.48 g; suma cukrów prostych: 90.05 g; Sól: 10.27 g; Sód: 3697.01 mg; Błonnik pokarmowy: 40.24 g;

niedziela 2025-05-11 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 50g , Miód 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.19 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.58 g; Węglowodny przyswajalne: 299.52 g; suma cukrów prostych: 49.78 g; Sól: 5.69 g; Sód: 2176.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU , MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU , MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab pieczony 60g , Miód 1szt , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 50g , Skyr serek nat. 1szt (MLE), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.65 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.59 g; Węglowodny przyswajalne: 334.19 g; suma cukrów prostych: 59.52 g; Sól: 6.16 g; Sód: 2363.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Majonez 1szt (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz wiep. - warz. (szyn.) 250g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 140g (<i>GLU</i>), Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2734.56 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 103.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.80 g; Węglowodny przyswajalne: 326.96 g; suma cukrów prostych: 89.50 g; Sól: 7.79 g; Sód: 2431.36 mg; Błonnik pokarmowy: 36.71 g;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.45 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.20 g; Węglowodny przyswajalne: 318.56 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Sól: 5.82 g; Sód: 2314.73 mg; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Dżem 1szt ,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.80 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; Węglowodny przyswajalne: 327.55 g; suma cukrów prostych: 99.18 g; Sól: 5.70 g; Sód: 2266.50 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.05 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; Węglowodny przyswajalne: 329.58 g; suma cukrów prostych: 90.61 g; Sól: 5.91 g; Sód: 2349.93 mg; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g ,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Schab Benedykta 20g (<i>GOR</i>),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.71 kcal; Białko ogółem: 129.95 g; Tłuszcz: 81.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.31 g; Węglowodny przyswajalne: 317.61 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3435.49 mg; Błonnik pokarmowy: 39.59 g;

poniedziałek 2025-05-12 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Dżem 1szt ,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.60 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; Węglowodny przyswajalne: 331.13 g; suma cukrów prostych: 100.02 g; Sól: 5.92 g; Sód: 2354.50 mg; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 120g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 50g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.84 kcal; Białko ogółem: 145.51 g; Tłuszcz: 78.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; Węglowodny przyswajalne: 357.94 g; suma cukrów prostych: 101.63 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2723.06 mg; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pieczeń rzymska 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Szynka na kartki 45g, Salata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa kalafiorowa z ziemn. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Makaron z serem białym 320g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony trójkąt 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 35g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.26 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 82.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; Węglowodny przyswajalne: 330.18 g; suma cukrów prostych: 84.10 g; Sól: 8.52 g; Sód: 3335.55 mg; Błonnik pokarmowy: 32.70 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.04 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.47 g; Węglowodny przyswajalne: 296.00 g; suma cukrów prostych: 69.87 g; Sól: 7.87 g; Sód: 3140.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.04 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.47 g; Węglowodny przyswajalne: 296.00 g; suma cukrów prostych: 69.87 g; Sól: 7.87 g; Sód: 3140.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.64 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; Węglowodny przyswajalne: 307.02 g; suma cukrów prostych: 70.55 g; Sól: 7.96 g; Sód: 3175.55 mg; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Szynkowa dęb. 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Szynka na kartki 20g,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa ml. z ryżem - kol 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.47 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.88 g; Węglowodny przyswajalne: 335.15 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Sól: 9.27 g; Sód: 3696.39 mg; Błonnik pokarmowy: 41.71 g;

wtorek 2025-05-13 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2147.09 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; Węglowodny przyswajalne: 285.27 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3147.80 mg; Błonnik pokarmowy: 36.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt , Szynka na kartki 60g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drob. got. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g , Ziemniaki got. 250g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Szynkowa dęb. 50g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.93 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; Węglowodny przyswajalne: 329.69 g; suma cukrów prostych: 82.33 g; Sól: 9.28 g; Sód: 3702.42 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Ogórek zielony 100g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Stek drob. z cebulką 110g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z buraczką z cebulką 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pastella 1szt (<i>JAJ</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Szynka konserw. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2800.33 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 132.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.41 g; Węglowodny przyswajalne: 288.96 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Sól: 9.02 g; Sód: 2999.28 mg; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.20 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 66.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.24 g; Węglowodny przyswajalne: 307.80 g; suma cukrów prostych: 65.94 g; Sól: 9.50 g; Sód: 3792.46 mg; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.20 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 66.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.24 g; Węglowodny przyswajalne: 307.80 g; suma cukrów prostych: 65.94 g; Sól: 9.50 g; Sód: 3792.46 mg; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.80 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.28 g; Węglowodny przyswajalne: 318.82 g; suma cukrów prostych: 66.62 g; Sól: 9.59 g; Sód: 3827.66 mg; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 100g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z buraczką z cebulką 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pastella 1szt (<i>JAJ</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Szynka konserw. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Kielb. krak. parzona 20g ,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3018.71 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 128.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.09 g; Węglowodny przyswajalne: 329.53 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Sól: 10.06 g; Sód: 3413.66 mg; Błonnik pokarmowy: 36.22 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.20 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.31 g; Węglowodny przyswajalne: 303.94 g; suma cukrów prostych: 66.94 g; Sól: 9.86 g; Sód: 3933.26 mg; Błonnik pokarmowy: 35.69 g;

środa 2025-05-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gulasz drob. got. 400g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.58 kcal; Białko ogółem: 145.44 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.53 g; Węglowodny przyswajalne: 349.35 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Sól: 11.36 g; Sód: 4535.00 mg; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielbasa tyrolska 38g, Ogórek parz. 45g, Sałatka jarzynowa 100g (<i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Zupa ogórkowa z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.52 kcal; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.37 g; Węglowodny przyswajalne: 292.60 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Sól: 9.97 g; Sód: 3906.41 mg; Błonnik pokarmowy: 31.96 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogórek parz. 45g, Pomidor 100g, Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos pomid. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Szynkówka firm. 50g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.07 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; Węglowodny przyswajalne: 281.30 g; suma cukrów prostych: 70.83 g; Sól: 7.27 g; Sód: 2813.20 mg; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogórek parz. 45g, Pomidor 100g, Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos pomid. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Szynkówka firm. 50g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.07 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; Węglowodny przyswajalne: 281.30 g; suma cukrów prostych: 70.83 g; Sól: 7.27 g; Sód: 2813.20 mg; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogórek parz. 45g, Pomidor 100g, Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos pomid. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Szynkówka firm. 50g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.00 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; Węglowodny przyswajalne: 304.96 g; suma cukrów prostych: 76.79 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2780.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogórek parz. 45g, Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 50g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Ogórek parz. 25g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2876.21 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 93.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.68 g; Węglowodny przyswajalne: 360.35 g; suma cukrów prostych: 78.68 g; Sól: 9.55 g; Sód: 3721.51 mg; Błonnik pokarmowy: 36.46 g;

czwartek 2025-05-15 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogórek parz. 45g, Pomidor 100g, Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Szynkówka firm. 50g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.15 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; Węglowodny przyswajalne: 303.09 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2694.90 mg; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parz. 60g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Szynkówka firm. 60g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.10 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; Węglowodny przyswajalne: 337.85 g; suma cukrów prostych: 80.73 g; Sól: 7.64 g; Sód: 2958.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa grochowa 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Naleśniki z serem 2 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU</i> , <i>SKR</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szczypiorek 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2726.52 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 90.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.61 g; Węglowodny przyswajalne: 339.97 g; suma cukrów prostych: 113.02 g; Sól: 7.65 g; Sód: 2855.31 mg; Błonnik pokarmowy: 37.50 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.87 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g; Węglowodny przyswajalne: 295.29 g; suma cukrów prostych: 93.54 g; Sól: 5.78 g; Sód: 2310.48 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.13 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; Węglowodny przyswajalne: 295.18 g; suma cukrów prostych: 93.69 g; Sól: 5.96 g; Sód: 2379.87 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.47 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g; Węglowodny przyswajalne: 306.31 g; suma cukrów prostych: 94.22 g; Sól: 5.87 g; Sód: 2345.68 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU</i> , <i>SKR</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szczypiorek 35g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Szynka na kartki 25g,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z kaszą manna-kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2834.45 kcal; Białko ogółem: 141.15 g; Tłuszcz: 105.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; Węglowodny przyswajalne: 317.15 g; suma cukrów prostych: 75.66 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3508.56 mg; Błonnik pokarmowy: 35.05 g;

piątek 2025-05-16 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.93 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; Węglowodny przyswajalne: 298.76 g; suma cukrów prostych: 94.53 g; Sól: 6.18 g; Sód: 2467.87 mg; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-05-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 900g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2942.18 kcal; Białko ogółem: 156.08 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.71 g; Węglowodny przyswajalne: 364.50 g; suma cukrów prostych: 113.74 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2838.40 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony trójkąt 2szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g , Kielb. szynk. wędzona 35g ,	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kasza jęczmienna 140g (<i>GLU</i>), Surówka z march. i jabł. 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Galantyna drob. 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.18 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.36 g; Węglowodny przyswajalne: 303.94 g; suma cukrów prostych: 31.47 g; Sól: 8.21 g; Sód: 2682.72 mg; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Sałata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.94 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; Węglowodny przyswajalne: 310.00 g; suma cukrów prostych: 44.22 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2681.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Sałata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.94 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; Węglowodny przyswajalne: 310.00 g; suma cukrów prostych: 44.22 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2681.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Sałata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.54 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 80.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.34 g; Węglowodny przyswajalne: 321.02 g; suma cukrów prostych: 44.90 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2716.78 mg; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Sałata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z march. i jabł. 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Galantyna drob. 40g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Kielb. szynk. wędzona 20g ,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2706.60 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.18 g; Węglowodny przyswajalne: 335.94 g; suma cukrów prostych: 63.02 g; Sól: 9.06 g; Sód: 3019.76 mg; Błonnik pokarmowy: 33.94 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.94 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; Węglowodny przyswajalne: 306.14 g; suma cukrów prostych: 45.22 g; Sól: 7.06 g; Sód: 2822.38 mg; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

sobota 2025-05-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 50g , Salata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa koperkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2781.59 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; Tłuszcz: 91.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.09 g; Węglowodny przyswajalne: 346.97 g; suma cukrów prostych: 54.31 g; Sól: 8.31 g; Sód: 3320.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kotlet schabowy panier. 120g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Kapusta kiszona got. 200g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.07 kcal; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 120.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.69 g; Węglowodny przyswajalne: 281.24 g; suma cukrów prostych: 39.80 g; Sól: 11.08 g; Sód: 3818.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogónówka parz. 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.29 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; Węglowodny przyswajalne: 280.56 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2702.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogónówka parz. 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.29 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; Węglowodny przyswajalne: 280.56 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2702.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogónówka parz. 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.89 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 63.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; Węglowodny przyswajalne: 291.58 g; suma cukrów prostych: 78.14 g; Sól: 6.87 g; Sód: 2737.80 mg; Błonnik pokarmowy: 32.10 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Kapusta kiszona got. 200g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Schab Benedykta 20g (<i>GOR</i>),		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Zupa ml. z ryżem - kol 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2956.25 kcal; Białko ogółem: 128.62 g; Tłuszcz: 110.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.63 g; Węglowodny przyswajalne: 341.26 g; suma cukrów prostych: 65.04 g; Sól: 12.83 g; Sód: 4516.79 mg; Błonnik pokarmowy: 41.77 g;

niedziela 2025-05-18 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogónówka parz. 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.09 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.01 g; Węglowodny przyswajalne: 284.14 g; suma cukrów prostych: 78.30 g; Sól: 7.00 g; Sód: 2790.60 mg; Błonnik pokarmowy: 35.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-05-18		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ogonówka parz. 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.68 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; Węglowodny przyswajalne: 318.81 g; suma cukrów prostych: 88.20 g; Sól: 7.54 g; Sód: 3005.90 mg; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka konserw. 35g , Pomidor 100g , Ketchup 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sos węgierski (szyn) 120g (<i>GLU, SEL</i>), Placki ziemniaczane 3 szt. 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerw. kapusty 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Sledzik na raz 1szt (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2970.23 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 134.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.04 g; Węglowodny przyswajalne: 323.19 g; suma cukrów prostych: 83.59 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2364.81 mg; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka konserw. 35g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.45 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 66.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; Węglowodny przyswajalne: 301.05 g; suma cukrów prostych: 81.40 g; Sól: 6.95 g; Sód: 2773.26 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.76 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.89 g; Węglowodny przyswajalne: 320.90 g; suma cukrów prostych: 81.90 g; Sól: 7.16 g; Sód: 2860.14 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka konserw. 35g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.05 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; Węglowodny przyswajalne: 312.07 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; Sól: 7.04 g; Sód: 2808.46 mg; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka konserw. 35g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Rybka na raz po grecku 1szt (<i>GLU, SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynka konserw. 20g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt , Zupa ml. z pł. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.36 kcal; Białko ogółem: 117.16 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; Węglowodny przyswajalne: 329.25 g; suma cukrów prostych: 71.13 g; Sól: 9.49 g; Sód: 3790.73 mg; Błonnik pokarmowy: 39.57 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.56 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; Węglowodny przyswajalne: 324.48 g; suma cukrów prostych: 82.74 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2948.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;

poniedziałek 2025-05-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szyńka konserw. 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.47 kcal; Białko ogółem: 128.34 g; Tłuszcz: 78.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.02 g; Węglowodny przyswajalne: 350.15 g; suma cukrów prostych: 92.97 g; Sól: 8.57 g; Sód: 3423.14 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Salceson 50g, Schab na kartki 35g, Salata mix 35g,	Żurek z ziemniakami i kiel. 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Kotlet sojowy 120g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.89 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 95.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; Węglowodny przyswajalne: 288.46 g; suma cukrów prostych: 38.56 g; Sól: 12.86 g; Sód: 3071.25 mg; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 50g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.10 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; Węglowodny przyswajalne: 280.95 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Sól: 6.15 g; Sód: 2450.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.10 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; Węglowodny przyswajalne: 280.95 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Sól: 6.15 g; Sód: 2450.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 50g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.70 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.35 g; Węglowodny przyswajalne: 291.97 g; suma cukrów prostych: 74.63 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2485.79 mg; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 50g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Schab na kartki 20g,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.35 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; Węglowodny przyswajalne: 317.73 g; suma cukrów prostych: 75.42 g; Sól: 8.82 g; Sód: 2916.19 mg; Błonnik pokarmowy: 37.84 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 60g, Ziemniaki got. 250g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g, Szynkowa dęb. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2062.35 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; Węglowodny przyswajalne: 276.22 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2536.64 mg; Błonnik pokarmowy: 36.35 g;

wtorek 2025-05-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt , Schab na kartki 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 120g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g , Ziemniaki got. 250g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 50g (<i>SOJ, GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.45 kcal; Białko ogółem: 129.65 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; Węglowodny przyswajalne: 310.68 g; suma cukrów prostych: 78.88 g; Sól: 6.68 g; Sód: 2660.28 mg; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;